

家事・育児のかがり

Vol. 9

~(自分)対 自分~

もう一人の自分

感じること ありまあね。

じつは、何をどう思うも

他の誰 でもない自分。

そんな『自分』と

ちゃんと向き合ったら

いいであらね。

まも



家族・育児のかがく

Vol. 10

～たいせつ～

大切に おもう 丁寧な
気持ち。 不思議と
魔法のように 広がり
ますね。 逆に 雑な
気持ちも そうがも しません。
世の中。 みんな つながっ
て いますね。



家事・育児のかがく

Vol. 11

～イイところ～

自分のこと（←世人のこと）

まず（イイところ）ほめましょ
う認めましょ。 ほんたにかが
としまあよね。『（い）んだ
よ』という安心が生まれること。
生きてる基本がもしれせんぬ。

安心

家事・育児のかがく

Vol. 12

～ 雨の日 ～

晴れの日も 雨の日も

曇りの日も 風の日も

自分の心は いつでも自分。

自分の心と ちゃんと向き合う

のに慣れたら

いつも 青空が

広がるかも
しれません。

